

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillahtulkhaer, M. (2016). Pengaruh Pemberian Latihan Pliometrik Jump To Box Terhadap Perubahan Tinggi Lompatan Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Sulawesi (Persis) Bina Bola Makassar.
- Adhi, R. N., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Kemampuan Vartical Jump Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket Sma N Pagelaran. *Sports Science And Education Journal*, 1–12.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2020). Page 1. Persepsi Atlet Futsal Putra Universitas Teknokrat Indonesia Terhadap Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Konsentrasi Bertanding, 7, 1–19.
- Akbar, A. (2022). Keterampilan Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli Menggunakan Metode Resiprokal. 1–29.
- Atriantono, Y., & Sudijandoko, A. (2019). Analisis Manajemen Pembinaan Unit Kegiatan Mahasiswa Bolavoli Putra Universitas Negeri Surabaya. 135–142.
- Ayuningtyas, D. P., Hartono, J., Rahayu, K., & J. (2015). Pengaruh Latihan Side Hop Dan Jump To Box Terhadap Power Tungkai. *Unnes Journal Of Sport Sciences*, 4(1), 1–9. [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Ujss](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Ujss)
- Bafirman, & Wahyuri, A. S. (2018). Pembentuk Kondisi Fisik (Divisi Buk). Pt Rajawali Grafindo Persada.
- Donoghue, O., Shimojo, H., & Takagi, H. (2011). Impact Forces Of Plyometric Exercises Performed On Land And In Water. *Sports Physical Therapy*, 3.
- Elvin, G. K. (2023). Pengaruh Latihan Passing Menggunakan Tembok Dan Berpasangan Terhadap Ketepatan Passing Bawah Bola Voli Pada Atlet Club Porsela Kota Pontianak. 1(1), 9–44.

- Fauzi, M. R. (2023). Pengaruh Bentuk-Bentuk Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai Implikasi Pada Spike Permainan Bola Voli. 1–29.
- Febriadi, F. (2016). Perbedaan Pengaruh Latihan Single Leg Speed Hop Dengan Latihan Knee Tuck Jump Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Pemain Futsal. 1–18.
- Fenanlampir, A. (2020). Tes Dan Pengukuran Olahraga. Cv Andi Offset.
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2020). Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Menggunakan Sensor Infrared. *Jendela Olahraga*, 5(2), 52–61. <https://doi.org/10.26877/Jo.V5i2.6165>
- Hidayat, N. N. (2018). Perbedaan Pengaruh Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (Pnf) Dan Single Legged Deadlift (Sld) Dalam Meningkatkan Fleksibilitas Otot Hamstring Pada Pegawai. 6, 1–18. <http://repository.unas.ac.id/2312/1/2>) Laporan Penelitian Standar 10t.Pdf
- Irwandi, & Iskandar, J. (2015). Perbandingan Kemampuan Teknik Dasar Service Atas Pada Permainan Bola Voli Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Sibreh Dengan Sma Negeri 1 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasa. *Jurnal Teknokrat*, 1(1), 31–37.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2021). Pengaruh Latihan Leg Press Dan Squat Thrust Terhadap Peningkatan Power Tungkai Atlet Bola Voli. *Jendela Olahraga*, 6(2), 40–49. <https://doi.org/10.26877/Jo.V6i2.7391>
- Malna, I. F. (2018). Evaluasi Timnas Putri Indonesia Dalam Pertandingan Bolavoli Melawan Japan Dan Korea Pada Asean Games 2018. 2007, 1–12.
- Mulyadi, D. Y. N., & Pratiwi, E. (2020). Pembelajaran Bola Voli. In *Bening Media*

Publishing (Vol. 3). Bening Media Publishing.

- Pbvs. (2020). Peraturan Resmi Bolavoli 2021 -2024. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1–68.
- Pieter, S., & Sabealu, R. (2020). Pengaruh Latihan Tuck Jump Terhadap Peningkatan Tinggi Lompatan Pemain Bola Voli Putra Sma Itp Surabaya. *Journal Stand : Sports And Development*, 1(1), 27–34.  
[Http://Jurnal.Unipasby.Ac.Id/Index.Php/Stand/About/Submissions](http://Jurnal.Unipasby.Ac.Id/Index.Php/Stand/About/Submissions)
- Pribadi, M. R. (2023). Survei Keterampilan Passing Bawah Pada Team Bola Voli Putra Stkip Kie Raha Ternate. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 1–16.
- Rachmadian, R. I. (2021). Kontribusi Koordinasi Mata-Tangan, Tinggi Badan, Dan Panjang Lengan Terhadap Hasil Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli. 2015, 10–56.
- Rahmat, A. (2021). 10/23/22, 6:53 Am Pengaruh Latihan Ball Feeling Dan Dribbling Terhadap Keterampilan Sepakbola Ditinjau Dari Koordinasi... Berikut Ini Adalah Versi Html Dari File [https://Eprints.Uny.Ac.Id/71287/1/Fulltext\\_Agung%20rahmat\\_19711251018.Pdf](https://Eprints.Uny.Ac.Id/71287/1/Fulltext_Agung%20rahmat_19711251018.Pdf) f. Google Membuat Versi.
- Romadhoni, W. N., & Pekik, D. I. (2018). The Effect Of Plyometrics Training And Strengths On Power Skills And Agility Of Male Player In Extracurricular Volleyball. 5–9. <https://Doi.Org/10.2991/Yishpess-Cois-18.2018.48>
- Sari, N. A., Supriatna, E., & Triansyah, A. (2017). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata- Tangan Dengan Keterampilan Blok Bola Voli Atlet Junior Putra Club Rajawali Pontianak Novi. 1–11.
- Shodiq, A. (2019). Pengaruh Latihan Lompat Gawang Dalam Meningkatkan Tinggi Lompatan Spike Pada Permainan Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler Di Man 2 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(3), 1–25.

[Http://Satun108.Com/Forums/Index.Php/Topic,509.0.Html](http://Satun108.Com/Forums/Index.Php/Topic,509.0.Html)

- Sitinjak, H. (2021). Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Keterampilan Passing Atas Dalam Permainan Bola Voli. 2011, 1–34.
- Sovenski, E. (2018). Ketepatan Smash Pemain Bolavoli Siswa Sma Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Tangan Dan Extensi Togok. 1–14.
- Sri, M. (2010). Permainan Bolavoli Mini Untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 1–8.  
[Http://Download.Garuda.Kemdikbud.Go.Id/Article.Php?Article=1508996&Val=468&Title=Permainan Bolavoli Mini Untuk Anak Sekolah Dasar](http://Download.Garuda.Kemdikbud.Go.Id/Article.Php?Article=1508996&Val=468&Title=Permainan%20Bolavoli%20Mini%20Untuk%20Anak%20Sekolah%20Dasar)
- Subroto, & Yudiana. (2010). Permainan Bolavoli. Fpok Pendidikan Universitas Indonesia.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. Alfabeta.
- Sunardi, & Kardiyanto, D. W. (2015). Bola Voli. Upt Penerbitan Dan Percetakan Uns.
- Widartini, N., & Pardijono. (2013). Upaya Meningkatkan Efektifitas Belajar Servis Bawah Bola Voli Dengan Media Modifikasi Bola Plastik Pada Siswa Kelas Iv. 1–7.
- Yuliandra, R., Nugroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). The Effect Of Circuit Training Method On Leg Muscle Explosive Power. *Journal Of Physical Education , Sport ,Health And Recreations*, 2(11), 712–717.